PROJEKTY MENS SANA, z.ú. V ROCE 2026

Projekty realizujeme za finanční podpory generálních donorů Ministerstva práce a sociálních věcí ČR, Ministerstva zdravotnictví ČR, Ministerstva kultury, Moravskoslezského kraje, statutárního města Ostravy, Úřadu práce a prostřednictvím EU – ESF - operačního programu zaměstnanost, a EU – operačního programu Národního plánu obnovy a také za podpory nadačních fondů i jednotlivých dárců.

I. EVROPSKÉ DOTACE

1. ZVÝŠENÍ KVALITY SLUŽBY CHRÁNĚNÉHO BYDLENÍ MENS SANA PRO OSOBY S DUŠEVNÍM ONEMOCNĚNÍM

zadavatel a řešitel projektu: MENS SANA, z.ú.
program: Národní plán obnovy (NPO)
reg. č. projektu: CZ.31.6.0/0.0/0.0/24_138/0011385

Projekt Zvýšení kvality služby chráněného bydlení MENS SANA pro osoby s duševním onemocněním, registrační číslo CZ.31.6.0/0.0/0.0/24_138/0011385 je financován z Evropské unie. Cílem projektu je zvýšení materiálně technického standardu pro 10 lůžek chráněného bydlení, které provozuje organizace MENS SANA, z.ú. Výsledkem projektu bude pořízená nemovitost a zrekonstruované prostory v Martinově, č.p. 3158. Zrekonstruovaná budova bude sloužit k poskytování sociální služby chráněné bydlení pro 10 osob s duševním onemocněním. Díky rekonstrukci se zvýší energetická účinnost budovy a zkvalitní podmínky pro poskytování této sociální služby.

2. TRANZITNÍ MÍSTA V SOCIÁLNÍCH PODNICÍCH V MORAVSKOSLEZSKÉM KRAJI+

zadavatel a řešitel projektu: Moravskoslezský pakt zaměstnanosti, z.s.
program: Zaměstnanost plus
reg. č. projektu: CZ.03.01.01/00/22_032/0002330

MENS SANA je partnerem projektu od září 2023, projekt bude realizován do 31.8.2026. V rámci projektu je v MENS SANA zaměstnán odborný poradce v úvazku 0,5. Náplní práce poradce je sociální a pracovní poradenství pro CS sociálně znevýhodněných na trhu práce. Osoby CS si zvětšují kvalifikaci formou pracovní praxe v sociální podniku BOTUMY. Dalšími partnery projektu jsou sociální podniky Ergon Třinec a Melivita Diecézní charity ostravsko opavské. Projektem má projít za dobu jeho trvání 100 účastníků. Cílem je jejich následné umístění na OTP. CS je zajištěno individuální i skupinové vzdělávání a odborné poradenství.

II. SOCIÁLNÍ SLUŽBY

Od 1. 1. 2026 do 31. 12. 2026 jsou námi poskytované sociální služby podpora samostatného bydlení a sociální rehabilitace a chráněné bydlení financovány prostřednictvím dotací ze státního rozpočtu České republiky, rozpočtu Moravskoslezského kraje a statutárního města Ostrava.

1. SOCIÁLNÍ REHABILITACE - OTEVŘENÝ DŮM

Projekt Otevřený dům je součástí námi poskytované sociální služby sociální rehabilitace. Tento projekt je příkladem dobré praxe, jelikož s malými obměnami funguje 30 let. Cílem projektu je podpora lidí se zkušeností s duševním onemocněním při zvládání běžného života. Snahou všech pracovníků projektu je ve spolupráci s uživatelem předcházení relapsům nemoci uživatele, dosažení stabilizace zdravotního stavu a omezení doby nevyhnutelných hospitalizací na minimum. Formou podpůrných hovorů vytváříme uživateli podporu v obtížných životních situacích. Uživatelé se zapojují do aktivizačních a vzdělávacích programů, ve kterých získávají manuální zručnost, pracují na zlepšení paměti a pozornosti, získávají počítačovou gramotnost, rozšiřují si své jazykové znalosti za podpory pracovníků, kteří dokážou přizpůsobovat výukové lekce, i práci v jednotlivých dílnách potřebám cílové skupiny. Pracovníci MENS SANA, z.ú. pracují individuálně s jednotlivými uživateli na získání pracovního místa. Uživatelé využívají ambulantní i terénní formu spolupráce.

Pravidelné aktivity:

- Práce v rehabilitačních dílnách, dle potřeb uživatele 1x až 5x týdně.
- Aktivizační programy (muzikoterapie, výuka obsluhy PC a práce s internetem), dle potřeb uživatele 1x až 2x týdně.
- Skupinové socioterapeutické aktivity 1x týdně (skupina POSED)
- Kognitivní rehabilitace, dle potřeb uživatele 1x až 2x týdně.
- Společná setkání s klienty SR -„Bazárky" s grilováním, 1x měsíčně.
- Zahradničení, 1x týdně.
- Akce, na kterých pomáhali naši uživatelé: prodejní výstavy, kreativní dílny určené dětem a veřejnosti 6xběhem roku.

Projekt je financován prostřednictvím dotace Moravskoslezského kraje a statutárního města Ostrava.

2. PODPORA OSOB S DUŠEVNÍM ONEMOCNĚNÍM PŘI SAMOSTATNÉM BYDLENÍ

je název projektu a zároveň sociální služby. Tento projekt je pokračováním projektu Terénní tým, který realizujeme za podpory statutárního města Ostrava a Moravskoslezského kraje od roku 2004. Terénní sociální službu podpora samostatného bydlení poskytujeme lidem s duševním onemocněním přímo v domácnostech, a to jednak v nácvikových bytech MENS SANA, z.ú. a jednak ve vlastních bytech, nájmech, podnájmech, v krajních případech na ubytovnách a azylových domech. Cílem terénní sociální služby je podpořit uživatele v samostatnosti, a to tak, aby zvládli bydlet ve svých

domácnostech, v prostředí, které si sami zvolili. Službu poskytujeme lidem s duševním onemocněním také v jejich vlastních domácnostech. Projekt nabízí lidem s duševním onemocněním podporu v dovednostech potřebných pro samostatné bydlení přímo v domácnostech a pomoc a podporu v běžných životních situacích. Nabízí podporu formou doprovodů, posílení mezilidských kontaktů, vazeb s rodinou, sousedských vztahů a pomoc při realizaci dalších osobních cílů uživatele. Záměrem projektu je udržení dobré psychické kondice uživatelů, aby nedocházelo k častým opakovaným dlouhodobým hospitalizacím v psychiatrických nemocnicích a lidé s duševním onemocněním mohli fungovat ve svých domácnostech i v přirozené komunitě. V nácvikových bytech bydlí uživatelé po dobu potřebnou pro získání dovedností k samostatnému bydlení bez závislosti na pomoci osob blízkých. V roce 2026 máme pro tuto formu podpory k dispozici 10 nácvikových bytů, ve kterých jsme poskytovali terénní sociální službu cekem 10 uživatelům s vážným duševním onemocněním. Snahou našich pracovníků je vytvářet podporu při hledání vhodné alternativy následného bydlení. Nácvikové bydlení probíhalo v katastru Ostrava-Jih, kde má naše organizace ve správě od Úřadu městského obvodu Ostrava-Jih 10 bytů zvláštního určení (0+1 a 1+1) na ulici Horymírova v domě s pečovatelskou službou.

Projekt je financován prostřednictvím dotace Moravskoslezského kraje a statutárního města Ostrava.

3. CHRÁNĚNÉ BYDLENÍ PRO OSOBY S DUŠEVNÍM ONEMOCNĚNÍM

Chráněné bydlení je humánnější a mnohem efektivnější alternativou k dlouhodobým „sociálním" hospitalizacím v psychiatrických nemocnicích a ústavních zařízeních. Lidem s duševním onemocněním nabízíme samostatné i sdílené bydlení v 15 nájemních bytech 1+1, 2+1 a 3+1 v regionu Ostrava. Od září 2025 jsme začali s rekonstrukcí a výstavbou chráněného bydlení pro 10 osob s duševním onemocněním v domě s velkou zahradou na ul. Martinovská 3158/148. Tento dům, jsme zakoupili od statutárního města Ostrava, rekonstrukce probíhá za pomocí dotace z fondu EU.
Cílovou skupinou služby chráněného bydlení jsou lidé s duševním onemocněním především z okruhu psychóz a afektivních poruch, ve věku od 18 do 64 let, s trvalým pobytem v Ostravě a v blízkém okolí, kteří jsou v nepříznivé sociální situaci v oblasti bydlení. Nepříznivá sociální situace v oblasti bydlení znamená, že uživatel v důsledku nemoci nezvládá samostatně bydlet. V roce 2025 disponovala služba CHB 25 lůžky. Od 1. ledna 2025 byla všechna lůžka v bytech v běžné zástavbě města Ostravy, a to na ul. Dělnická, Senovážná, Havlíčkovo náměstí, Čs. exilu, Podmolova, Macharova a Jílová. Sociální služba CHB byla zahájena dne 1.9.2021 v souladu s registrací. Projekt je financován prostřednictvím státní dotace Moravskoslezského kraje a Statutárního města Ostravy. Supervizorem služby je Bc. Pavel Matula.

Projekt je financován prostřednictvím dotace Moravskoslezského kraje a statutárního města Ostrava a dotace EU OP NPO prostřednictvím MPSV.

III. DOPLŇKOVÉ ČINNOSTI

MENS SANA, z.ú. je registrovaným poskytovatelem sociálních služeb a zároveň poskytovatelem doplňkových činností, které nejsou sociální službou dle zákona 108/2006 sb. o sociálních službách, ale jako takové sociální služby doplňují. V rámci doplňkových činností poskytujeme lidem se zdravotním postižením volnočasové aktivity (projekt Ostrov naděje) a kognitivní rehabilitaci (projekt Centrum trénování paměti). Dále v doplňkové činnosti realizujeme projekty zaměřené na destigmatizaci lidí s duševním onemocněním a podporu reformy psychiatrické péče v MSK. Důležitým projektem je Multidisciplinární tým MENS SANA, z.ú.
V roce 2026 jsme uzavřeli celkem 76 smluv na doplňkovou činnost.

1. MULTIDISCIPLINÁRNÍ TÝM MENSSANA, Z.Ú.

Tento projekt vznikl v návaznosti na reformu psychiatrické péče. Projekt realizujeme s finanční podporou SMO od roku 2019 a od roku 2022 také s podporou MSK. Do roku 2024 byl multidisciplinární tým součástí sociální služby sociální rehabilitace. Od roku 2025 došlo zásadní změně. Tým již nebyl součástí žádné ze sociálních služeb, ale stál mimo tyto služby, přičemž s nimi úzce spolupracoval. Pro své fungování si pracovníci multidisciplinárního týmu vypracovali vlastní metodiku a transparentní pravidla činnosti. Podpora a pomoc směřovala nejen k aktuálním uživatelům sociálních služeb organizace MENS SANA, z.ú., ale také k zaměstnancům sociálního podniku BOTUMY s.r.o. a v neposlední řadě i k uživatelům zcela mimo organizaci MENS SANA, z.ú., kteří se na tým obrátili se žádostí o pomoc. Tým byl tvořen case managerem, psycholožkou, zdravotní sestrou a peer konzultantkou. Využil také služeb externích odborníků z řad psychiatrů. Spektrum pomoci uživatelům se odvíjelo od potřeb uživatelů a odborností, kterými jednotliví členové týmu disponovali. Jednalo se zejména o terapeutickou pomoc, duchovní doprovázení, síťová setkání, podporu v krizi, poradenství z oblasti diabetologie a zdravého stravování. Specifickou a neocenitelnou byla podpora ze strany peer konzultantky. Mimo pomoci uživatelům členové týmu konzultovali také s pracovníky služeb, aktivně se účastnili intervizí, porad apod. Multidisciplinární tým byl také týmem podpory pro všechny peer konzultanty organizace. Součástí práce týmu byla i účast na nejrůznějších setkáních souvisejících s multidisciplinaritou a pořádaných např. MSK, FNO atd. Podpora byla uživatelům poskytována v prostorách organizace i v jejich přirozeném prostředí. Spádovým regionem byla Ostrava a její blízké okolí.
Změnu postavení multidisciplinárního týmu v rámci organizace hodnotíme pozitivně a výsledky jeho činnosti považujeme za velmi úspěšné. Vyčlenění týmu ze sociálních služeb se ukázalo jako užitečné a funkční. Spektrum uživatelů, kterým byli pracovníci týmu schopni pomoci, se výrazně rozšířilo. Multidisciplinární tým si dokázal vytvořit novou vlastní identitu respektovanou kolegy i uživateli..

Projekt je financován prostřednictvím dotace Moravskoslezského kraje – dotačního programu na podporu péče o duševní zdraví na rok 2026 a statutárního města Ostrava.

2. OSTROV NADĚJE

Projekt realizujeme s finanční podporou statutárního města Ostrava od roku 2003. Projekt je zaměřen na poskytování vzdělávacích, volnočasových, klubových, terapeutických aktivit a programů prevence duševního onemocnění. Hlavní cílovou skupinou jsou lidé se zkušeností s duševním onemocněním a lidé s kognitivním deficitem, kteří nepotřebují využívat sociální služby anebo kteří prošli sociálními službami a mají naplněny své cíle v individuálních plánech, ale nadále potřebují podporu a bezpečný prostor, ve kterém by mohli rozvíjet anebo alespoň uchovat své kognitivní i kreativní schopnosti. Tito lidé kvůli velmi nízkým invalidním důchodům a specifickým potřebám nemohou navštěvovat placené volnočasové aktivity určené široké veřejnosti. Projekt je také levnější variantou socioterapeutické dílny, splňuje účel smysluplného a aktivního trávení času. Vedlejší cílovou skupinou jsou lidé s jiným zdravotním znevýhodněním a také osoby blízké lidem se zkušeností s duševním onemocněním. Součástí projektu jsou vzdělávací aktivity, kulturní aktivity (Čtení ze šuplíku), výtvarný ateliér, tvůrčí dílny, keramická textilní dílna, skupinové socioterapie, hudební dílny s kapelou T5ESK, kreativní terapie, zejména muzikoterapie a arteterapie.

Projekt je financován prostřednictvím dotace statutárního města Ostrava a Ministerstva kultury.

3. CENTRUM TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI - KOGNITIVNÍ REHABILITACE

MENS SANA, z.ú. realizuje 15 let program komplexní kognitivní rehabilitace; původně pro cílovou skupinu osob s duševním onemocněním, později pro velký zájem rozšířen o další cílové skupiny. Tento zájem má neustále vzestupnou tendenci. Nabídka odborných aktivit tohoto druhu je stále nedostatečná, proto když v roce 2014 získala MENS SANA, z.ú. ve spolupráci s ÚMOb Ostrava-Poruba budovu, bylo možné po provedení základních stavebních úprav (vč. zajištění bezbariérovosti) otevřít v září 2015 nové Centrum trénování paměti orientované přímo na poskytování kognitivní rehabilitace, které od té doby funguje jako samostatná a svébytná sociální aktivita ve velké míře pro obyvatele Ostravy a de facto jako spádové pracoviště pro celý Moravskoslezský kraj.

Primární cílovou skupinou projektu jsou lidé se zdravotním znevýhodněním, zejména pak osoby s narušenými poznávacími funkcemi v důsledku traumatického poškození, po cévních mozkových příhodách nebo z důvodu chronického organického nebo duševního onemocnění. V praxi je nezbytné přistupovat specificky k jednotlivým cílovým podskupinám v závislosti na charakteru jejich postižení, resp. na druhu a závažnosti jejich kognitivního deficitu. Kognitivní rehabilitace je tak přizpůsobena uživatelům s neurologickým postižením, s demencí, s duševním onemocněním apod.

Mimo obvyklých způsobů kognitivní rehabilitace nabízíme využívání moderních postupů a metod, především pak virtuální reality – technologie přinášející zcela nové možnosti v kognitivní rehabilitaci a zvyšující motivaci klientů k tréninku. Nově jsme se stali testovacím pracovištěm při inovacích softwaru pro kognitivní trénink prostřednictvím virtuální reality a v současné době fungujeme jako aplikační garant ve vývoji vzdálené administrace programu virtuální reality u klientů připojených z domova. Nově jsme vyvinuli a úspěšně implementovali vlastní variantu distančního přístupu ke kognitivní rehabilitaci přes internet z domácího prostředí klientů. CTP nabízí své aktivity i dalším spolupracujícím organizacím (resp. jejich uživatelům či členům) v rámci KP Ostrava, jako je např. Středisko pracovní rehabilitace Ostrava Poruba, ROSKA Ostrava, Onko-Amazonky, Společnost E a

řada dalších příspěvkových organizací města Ostrava. Nejen těmito cestami MENS SANA, z.ú. přispívá ke zkvalitnění života komunity v Moravskoslezském kraji.

Projekt je financován prostřednictvím dotace Moravskoslezského kraje a statutárního města Ostrava, Ministerstva zdravotnictví ČR, Statutárního města Ostrava, Úřadu městského obvodu Ostrava-Poruba, ČEPS a.s., Nadace Umění pro zdraví, VR Vitalis, s.r.o.

4. PROPOJOVÁNÍ sociálních a zdravotních služeb v oblasti duševního zdraví

Cílem projektu, který **navazuje na projekt Prolomení ticha,** který jsme realizovali s podporou SMO od roku 2004 do roku 2025, realizujeme v letošním roce s podporou MSK. Cílem projektu je propojování sociálních a zdravotních služeb. Tímto projektem se chceme připojit k celorepublikové kampani Týdny pro duševní zdraví (dále TDZ) a celosvětovému Dni duševního zdraví, vyhlášeného World Federation for Mental Health (Světovou federací pro duševní zdraví). V Ostravě realizujeme kampaň již tradičně pod názvem OSTRAVSKÉ TÝDNY PRO DUŠEVNÍ ZDRAVÍ (dále OTDZ). V rámci projektu plánujeme uskutečnit workshopy a odbornou konferenci na téma duševní zdraví mladistvých. Do workshopu a konference zapojíme odborníky z psychiatrie, psychologie a sociální práce.

Projekt je financován prostřednictvím dotace Moravskoslezského kraje v rámci dotačního programu KPVP 2/26 Podpora aktivit vedoucích k podpoře a destigmatizaci osob se zdravotním postižením.

IV. ZAMĚSTNÁVÁNÍ OZP A OZZ

1. ZAMĚSTNÁVÁNÍ LIDÍ S DUŠEVNÍM ONEMOCNĚNÍM V PODPŮRNÉM PROSTŘEDÍ, PODPORA PEER KONZULTANTŮ

Hlavním cílem projektu je udržení pracovních aktivit lidem s duševním onemocněním (DO) a kognitivním deficitem ve spolupráci se Statutárním městem Ostrava, s Krajskou pobočkou Úřadu práce ČR v Ostravě (dále ÚP), městským obvodem ÚMOb O-Jihem a O-Porubou. S touto podporou jsme realizujeme pracovní rehabilitaci. Následné zaměstnávání OZP se realizuje prostřednictvím sociálního podniku BOTUMY s.r.o., jehož je MENS SANA spoluzakladatelem.
Naše podpora v rámci nabízených pracovních činností zahrnuje motivaci osob se znevýhodněním ke vstupu na trh práce, k posilování denního řádu, prevence stagnace osobnosti, prevence pasivity a rezignace s cílem pomoci těmto lidem najít vhodné zaměstnání s ohledem na jejich zdravotní omezení. V rámci námi poskytovaných sociálních služeb podporujeme uživatele při pracovních činnostech. V přípravě k práci, která má ve své podstatě charakter rekvalifikace, pak získávají pro většinu z nich nové manuální dovednosti, které následně mohou uplatnit v navazujících projektech nebo při vlastním hledání práce. Projekt Zaměstnávání je tak jedním základních pilířů přístupu naší organizace k práci s lidmi s duševním onemocněním, kdy spokojený klient pracuje, bydlí a smysluplně tráví svůj volný čas.

Projekt je financován prostřednictvím dotace statutárního města Ostrava, Úřadu práce, Úřadu městského obvodu Poruba, Úřadu městského obvodu O-Jih.

2. PODPORA OSOB S DUŠEVNÍM ONEMOCNĚNÍM PROSTŘEDNICTVÍM PEER KONZULTANTŮ

Projekt „Podpora osob s duševním onemocněním prostřednictvím peer konzultantů" realizujeme již od roku 2017, kdy byl pilotním projektem s podporou MSK. Projekt má za cíl zapojit osoby s vlastní zkušeností s duševním onemocněním do péče o lidi s duševním onemocněním na principu peerství, tzn. „rovný s rovným". V letech 2018 až 2026 jeho pokračování umožňuje dotace Ministerstva zdravotnictví ČR, částečně pak dotace SMO nebo MSK (zde byli PK součástí jiných projektů). Naši PK se řídí již zavedenou a osvědčenou náplní práce, která odpovídá jejich kompetencím, osobním zkušenostem a vlastnímu smyslu „peerství", tzn. nesuplují práci pracovníků v sociálních službách nebo sociálních pracovníků. PK se zaměřují především na přímou podporu klienta, tzn. 70% náplně jejich práce tak tvoří individuální práce s klientem, jako doprovody k lékařům a na úřady, společné trávení volného času a popovídání, procházky, sportování, kultura, ale i společné studium jazyků, nácvik vaření a zvládání péče o svou osobu a domácnost a v případě zájmu klienta sdílení příběhu PK. Práce s příběhem se nám osvědčila především u klientů, kteří se nově potýkají se svým duševním onemocněním, a při navazování kontaktu s novým klientem např. přímo v PN. 2 PK jsou i členkami multidisciplinárního týmu. Dlouhodobí klienti spíše preferují spolupráci s PK za účelem své aktivizace a podpory při každodenních činnostech. S klienty PK pracují i skupinově, a to např. formou výletů, horských túr a organizovaných skupinových procházek s uživateli, návštěvou speciálních filmových produkcí v DK Poklad, opékání buřtů v Bělském lese. Dále PK vedou v prostorách MENS SANA otevřenou svépomocnou skupinu 4x měsíčně, účastní se skupin pro mládež POSED a DOVEDU, nabízí možnost pravidelných individuálních konzultací nad rámec klientů, se kterými pracují dlouhodoběji, včetně konzultací pro sociální pracovníky v rámci case managementu. Peer konzultantům je po celou dobu projektu k dispozici koordinátor peer konzultantů (KPK).

Projekt je financován prostřednictvím dotace statutárního města Ostrava a Ministerstva zdravotnictví ČR.

V. OSTATNÍ PROJEKTY

1. OPRAVA VYBAVENÍ BYTŮ CHRÁNĚNÉHO BYDLENÍ PRO OSOBY S DUŠEVNÍM ONEMOCNĚNÍM

Projekt se zaměřuje na dovybavení bytů chráněného bydlení základním nábytkem a elektrospotřebiči. Službu chráněného bydlení poskytujeme ve 15 bytech v běžné zástavbě s kapacitou 25 míst. Byty máme pronajaty od městských částí Ostrava-Poruba, Moravská Ostrava a Přívoz a jeden byt od společnosti Heimstaden Czech s.r.o. Cílovou skupinu tvoří osoby ve věku 18–64 let s chronickým duševním onemocněním (zejména z okruhu psychóz a afektivních poruch) s trvalým pobytem v Ostravě a okolí. Tito lidé nezvládají samostatné bydlení a potřebují bezpečné, stabilní prostředí pro rozvoj dovedností nezbytných k postupnému osamostatnění. Cílem projektu je

dovybavit byty: postelemi, matracemi, ochrannými potahy na matrace, pračkami, ledničkami, rychlovarnými konvicemi a mikrovlnnými troubami. Modernizace vybavení sníží energetickou náročnost provozu a zlepší životní podmínky uživatelů. Součástí projektu je také pořízení tří kusů notebooků pro sociální pracovníky služby chráněného bydlení.
Projekt přímo reaguje na potřeby uživatelů a přispěje ke zvýšení kvality jejich života a motivace starat se o vlastní prostředí. Peněžní prostředky budou využity k nákupu základního vybavení bytů chráněného bydlení. Cílem je zajištění důstojných životních podmínek, snížení energetické náročnosti provozu a podpora soběstačnosti uživatelů.

Projekt je financován prostřednictvím dotace Moravskoslezského kraje v rámci dotačního programu „Program na podporu zvýšení kvality sociálních služeb poskytovaných v Moravskoslezském kraji na rok 2026", dotační titul KSS 2/26

Zpracovala: Mgr. Jaroslava Saidlová, ředitelka MENS SANA, z.ú.